[Nr. 8]

młoda matka

TREŚĆ NUMERU:



W dzień Święta Zmartwychwstania Pańskiego przesyłamy naszym wychowankom, prenumeratorom, czytelnikom, współpracownikom i przyjaciołom pisma serdeczne życzenia „Wesołych Świąt".

Redakcja.

Potrawy wielkanocne a dieta dziecka do lat 7.

Każde święta mają swój odrębny charakter, swoje specjalne tradycje i budzą nieraz lub pozostawiają szczególne wspomnienia. Jest jednak i przykra strona, która prawie bez wyjątku towarzyszy wszystkim uroczystościom świątecznym. Jest to skłonność do nadmiernego zaspakajania głodu w czasie świąt, mówiąc po prostu, do objadania się.

Objadanie się w czasie świąt charakteryzuje nie tylko dorosłych, ale jest właściwe także i dzieciom. Tym bardziej, że właśnie w czasie świąt istnieją specjalne okoliczności, które sprzyjają rozluźnieniu panujących zazwyczaj rygorów. A więc przede wszystkim — nastrój. Nastrój ten wytwarza z jednej strony dość długi okres wyczekiwania na obfitsze jedzenie, okres postu — z drugiej znowu czas, w którym przypadają święta Wielkanocne, okres wiosny.

Wesoły i beztroski nastrój zawsze przecież dodaje apetytu.

Jeżeli jednak już nieodwołalnie tak ma być, że święta są po to, aby się w okresie ich objadać, to niechaj ta zasada nie obowiązuje dzieci.

Dzieci nawet w czasie świąt powinny korzystać ze swoich specjalnych praw, a więc i w tym szczególnym przypadku nie powinny odczuć na własnym żołądku zgubnych skutków przejadania się. W okresie świątecznym obowiązuje dzieci zwykła codzienna porcja jedzenia z zachowaniem normalnych godzin podawania posiłków.

Niemowlęta i dzieci do trzeciego roku życia pod żadnym względem nie powinny odczuć okresu świątecznego.

Nierzadko jednak zdarza się, że matki karmiące również ulegają nastrojowi świątecznemu, spożywają obficie potrawy trudnostrawne, a niekiedy dla lepszego humoru wychylają jeden czy więcej kieliszków. W tych warunkach dobry nastrój matki odbija się często gorszym zdrowiem dziecka.

Dla dzieci po trzecim roku życia i starszych, jeśli tylko zdają sobie

choć trochę sprawę z nastroju świątecznego, powinno się pomyśleć o osobnym stoliku. Odpowiednio go przybrać, aby sprawiał miłe wrażenie, lecz zaopatrzyć w mniej wyszukane, ale zarazem łżej strawne potrawy. Trud zadany przy sporządzaniu takiego stolika napewno nie pójdzie na marne, a da nam pewność, że dzieci nie objedzą się potraw ciężkostrawnych, przygotowanych dla dorosłych.

Tradycje powinno się utrzymywać i szanować. Zwyczaj dzielenia się jajkiem, z jednoczesnym składaniem życzeń, należy zachować dla dzieci, które intencje życzeń zrozumieją, a jednocześnie mogą już spożywać jajko gotowane na twardo, więc dopiero dzieci od czwartego roku życia. Młodsze dzieci napewno z nastroju świątecznego i życzeń niewiele sobie zdają sprawę, a jajko gotowane mogą niekiedy odchorować.

Tłuste mięsiwa i kiełbasy, podawane na zimno i w większych ilościach, również mogą szkodzić dzieciom.

Szynkę i mięso chude, dobrze ugotowane i należycie rozdrobnione, w odpowiednio niewielkiej ilości, można podawać dzieciom już w trzecim roku życia.

Kiełbasy gotowane i wędzone mogą wchodzić do jadłospisu dziecka dopiero od piątego roku życia. Dlatego i w czasie świąt dzieciom młodszym nie powinno się ich podawać.

Z ciast wielkanocnych najbardziej nie odpowiadają dzieciom babki z większą ilością korzeni, żółtek i masła, ciasta cięższe, trudniej strawne. Najlepiej dzieciom przygotować ciasta chudsze, lekkie, te nigdy nie zaszkodzą.

Sękacz należy do ciast łatwiej strawnych i dlatego możemy go podawać dzieciom czteroletnim.

Podawanie dzieciom alkoholu pod żadną postacią i w najmniejszej ilości nie może znaleźć uzasadnienia, nawet w radosnym dniu świąt wielkanocnych. Dzieci nie doceniają smaku ani właściwości alkoholu. A szkoda, którą im się wyrządza przez podawanie alkoholu, jest naprawdę wielką.

Już poprzednio wspomniałem, że dzieci w czasie świąt mogą odczuć tylko radosny nastrój, natomiast porządek dnia dziecka i normy jego pożywienia nie powinny i w tym okresie ulec większym wahaniom.

Dołóżmy więc wszelkich starań, aby młode pokolenie nie potrzebowało hołdować starym zasadom, że po świętach pozostają miłe wspomnienia, ale gorszy żołądek.

Dr J. Wyszogrodzki.

Higiena, pielęgnacja i rozwój dziecka w obrazkach.

Uroda dziecka.

„Dziecko jest piękne swoją brzydotą".

J. Piłsudski.

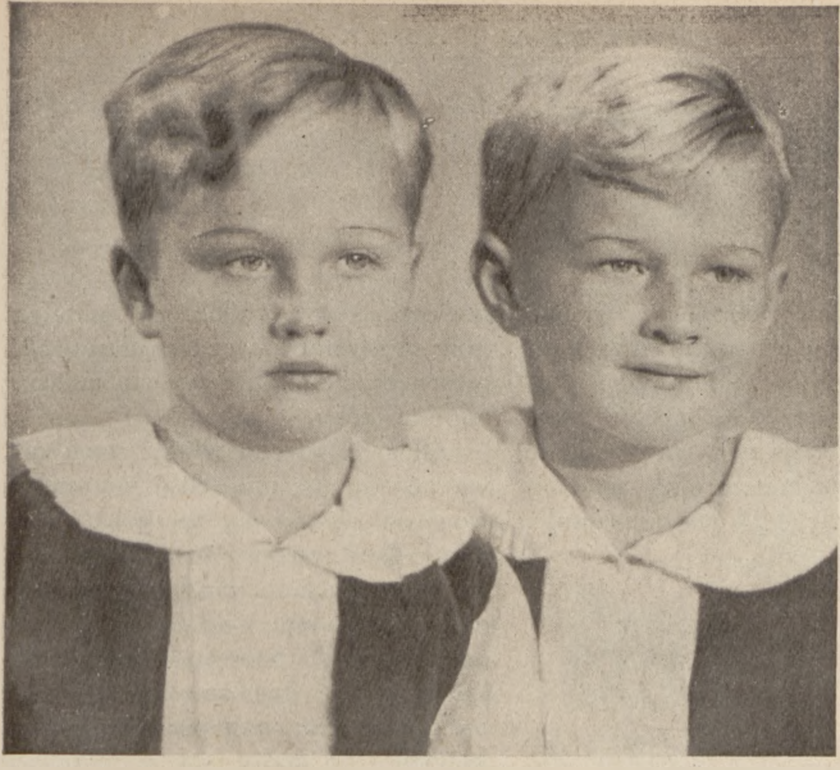


Subtelne rysy, wielkie zamyślone oczy, zbyt poważny, nawet surowy wyraz twarzy — nie powinny być ideałem piękności dziecka.

Matka stara się nadać dziecku wygląd odpowiadający jej własnym pojęciom piękna.



Bardzo grzeczne dziecko, starannie uczesane z kokieteryjnie sterczącym czubkiem, ale o smutnym wyrazie twarzy.



Który z braci jest piękniejszy? Niejedna matka powie: „ten z lewej strony jest śliczny jak laleczka". Porównanie to nasuwa niezwykła prawidłowość rysów, zaokrąglone kształty, bodaj nadmierna symetria twarzy.!



Uosobienie zdrowia.



Piękno jest zawarte w zdrowym wyglądzie, otwartym wyrazie twarzy, pogodnym uśmiechu dziecka.

Dr M. Zaks.

Jama ustna i zęby.

Każde zdrowe, normalne dziecko z końcem trzeciego roku życia kończy rozwój zębów mlecznych: osiąga pełną ich liczbę — 20. Czas i kolejność omawialiśmy w poprzednich artykułach; zamieszczony schemat przypomni więc tylko i zreasumuje:



Pamiętajmy, że zęby to potężna broń naszego małego człowieka w jego walce o byt.

Pamiętajmy, że uzębienie mleczne ważniejsze jest dla dziecka, niż stałe dla dorosłego.

Dobry ząb i dobry włos, to paszport zdrowia organizmu.

A jednak zęby to broń obosieczna; mleczne, szczególnie łatwo ulegające uszkodzeniu, stają się czasami źródłem zarazy dla całego organizmu.

Co robić więc, aby zabezpieczyć ząb od uszkodzenia (próchnicy)?

Dziecko je zębami swoich rodziców. Prawo dziedziczności jaskrawo się uwydatnia. Dbajmy o cały organizm dziecka, dając mu pokarm pełnowartościowy, z dobrego budulca (sole mineralne zawarte w jarzynach, owocach, zbożu), a powstaną mocne, odporne zęby.

Jadłospis dziecka winien więc zawierać odpowiednią ilość jarzyn, owoców i kasz, a my ze swej strony pilnie dbać musimy o należyty sposób przyrządzania potraw, o najbardziej przypadający do gustu danemu dziecku smak potrawy, a w związku z tym, o zastosowanie niewinnych a koniecznych przypraw smakowych (np. mdły sok z marchwi zmieni się pod wpływem paru kropel cytryny, podobnie rozbite jajko z cukrem i t. d.).

Podawanie *kasz* w postaci rzadszej lub gęstszej papki, nawet dzieciom starszym, obrzydzi ten ważny składnik pożywienia. Należy więc te potrawy urozmaicić: można zastosować przygotowanie kasz gęściejszych i podawać dziecku z masłem rumianym, konfiturą, marmeladą i t. d. Zgoła inną odmianą będą kotleciki z kaszy, bądź kaszka krajana w kostkę i odsmażana.

Dalej *pieczywo:* należy przyzwyczajać dziecko do różnorodnego pieczywa i czerstwego (chleb zwykły pytlowy, Steinmetza, Grahama, grzanki, Kneippa i t. d.); przewaga grubszego przemiału.

Jarzyny: pamiętać należy o: myciu pod bieżącą wodą, gotowaniu o ile

możliwe w łupinach (burak, ziemniaki, salcefia) lub gotowanie na parze; najlepiej podawać z kawałkiem surowego masła.

Jaj używać bezwzględnie świeżych, z przewagą w formie budyniu, kluseczek, a dla odmiany na śniadanie po wiedeńsku.

Mleko — w postaci kakao owsianego, zup mlecznych.

Zsumujmy ilość godzin, poświęconych na karmienie naszych pociech z t. zw. muzyką, czy opowiadaniem bajeczek, a trud przygotowania staranniejszego opłaci się sowicie.

Gdy dziecko wchodzi w okres zmiany uzębienia (5 — 7 rok życia), należy prowadzić je bezwzględnie do lekarza dentysty. Oceni on łuk zębowy, rozwój szczęk, zmniejszy zapał matki do usuwania rozchwianych „mleczaków“, aby „nie wyrosły krzywo te stałe“, wykryje pierwsze otworki łatwe do bezbolesnego oczyszczenia i plombowania.

Zawarcie przyjaźni między młodym pacjentem a postacią w białym fartuchu z wiertłem w ręku oszczędzi matce, dziecku i lekarzowi dentyście wiele „nerwów“ później.

A. K. lekarz dentysta.

Odpowiedzi na najczęstsze pytania matek.

O szczepieniach przeciwgruźliczych B. C. G.

1. *Czy niemowlę jest bardzo skłonne do zachorowania na gruźlicę?*

Tak. Zakażenie niemowlęcia gruźlicą jest groźne dla jego życia i to tym groźniejsze, im niemowlę jest młodsze.

2. *Czy zawsze jesteśmy w stanie uchronić niemowlę przed zakażeniem się gruźlicą?*

Nie zawsze, zwłaszcza, gdy mieszkanie jest ciasne i przebywa w nim osoba chora na gruźlicę. Ale zdarza się, że nawet pozornie zdrowe osoby z otoczenia niemowlęcia chorują na gruźlicę (choć o tym same nie wiedzą) i mogą zakazić niemowlę.

3. A czy istnieją jakieś sposoby zabezpieczenia dziecka przed gruźlicą?

Tak. Celem zabezpieczenia dziecka przed gruźlicą uodparniamy je t. zw. szczepionką B. C. G.

4. Co to jest szczepionka B. C. G.?

Są to osłabione prątki gruźlice, które zatraciły zdolność wywoływania schorzeń gruźliczych, lecz przez swą obecność w ustroju powodują wytwarzanie się odporności na to cierpienie.

5. Czy duża liczba dzieci została już uodporniona powyższą szczepionką?

Liczba uodpornionych dzieci tą szczepionką na całym świecie sięga już obecnie jednego miliona.

6. Czy to szczepienie jest na pewno nieszkodliwe?

Szczepionka B. C. G. jest bezwzględnie nieszkodliwa. Wprawdzie przed kilku laty prasa doniosła o zachorowaniach na gruźlicę dzieci, które dostawały szczepionkę B.C.G. Dochodzenie jednak ustaliło, że w Lubece dzieci otrzymały na skutek błędu w pracowni nie szczepionkę B. C. G., lecz złośliwy szczep gruźlicy.

7. A czy nie powoduje ona jakichś przykrych następstw (np. gorączka, zaburzenia żołądkowe itp.)?

Nie powoduje, a dzieci szczepione rozwijają się prawidłowo.

8. Czy dotychczasowe wyniki szczepień są pomyślne?

Tak. Dzieci szczepione znacznie rzadziej chorują na gruźlicę niż dzieci nieszczepione, a giną tylko wyjątkowo.

9. Jak długo trwa odporność zaszczepionego dziecka?

Koło 3 lat, t. zn. w tym okresie czasu, kiedy gruźlica dla dziecka jest najbardziej niebezpieczna.

10. Jakie niemowlęta nadają się do szczepienia?

Tylko te, które nie zostały jeszcze zakażone gruźlicą, a więc noworodki, to znaczy dzieci w pierwszych 10 dniach życia.

11. A czy dziecko nie mogło odziedziczyć gruźlicy po rodzicach?

Niemowlę rodzi się zdrowe i niezarażone nawet wtedy, gdy oboje rodzice są chorzy na gruźlicę. Zaraża się ono dopiero po urodzeniu przez styczność z osobami chorymi.

12. W jaki sposób przeprowadza się szczepienie?

Noworodkowi trzykrotnie podaje się do wypicia szczepionkę, zmieszaną z pokarmem matki, w odstępach dwudniowych (zazwyczaj 2, 4 i 6 lub 3, 5 i 7 dzień po urodzeniu).

13. Czy zaraz po zaszczepieni dziecko staje się uodpornione?

Nie. Uodpornienie zjawia się dopiero po upływie 4—6 tygodni od chwili zaszczepienia.

14. Na co zatem trzeba zwracać uwagę?

Na to, by zaszczepione niemowlę w ciągu tych kilku pierwszych tygodni nie stykało się z osobami chorymi lub podejrzanymi o gruźlicę.

15. Czy tego odosobnienia dziecka należy bezwzględnie przestrzegać?

Tak, w przeciwnym razie szczepienie nie ma żadnej wartości.

16. Gdzie można nabyć szczepionkę przeciwgruźliczą?

W Warszawie szczepienia przeprowadza komitet do szczepień przy Polskim Związku Przeciwgruźliczym (tel. 2-77-70). W tym celu Komitet wysyła specjalną pielęgniarkę, która dokonuje tych szczepień.

17. A na prowincji?

W miastach, w których istnieją Komitety powiatowe szczepionkę można otrzymać w tych Komitetach. W innych miejscowościach można ją sprowadzić bezpośrednio z Polskiego Związku Przeciwgruźliczego (adres telegraf.: Warszawa. Gruźlica).

18. Czy szczepienie przeciwgruźlicze pociąga za sobą duże koszty?

Cena szczepionki wynosi 3 zł + koszty przesyłki pocztowej.

Dr P. Wójciak.

Ze skrzynki do listów.

Głodzenie dzieci, jako ucieczka przed krzywicą.

Pani Aleksandrze P. w Baranowiczach.

Na powstanie krzywicy (angielskiej choroby) składa się cały szereg czynników.

Często się myśli, że to lub owo, taki czy inny błąd wychowawczy lub dietetyczny przyczynił się do tej choroby. Tymczasem tak nie jest. Cały szereg błędów higienicznych, wychowawczych lub dietetycznych może dopiero dać w sumie to, co świadczy o krzywicy u dziecka.

To też aby uniknąć angielskiej choroby u dziecka, trzeba przestrzegać całą litanię przepisów; nie wystarcza trzymać się i poprzestać na jakimś jednym przepisie, na jakiejś jednej utrwalonej w pamięci wskazówce. Jeżeli na przykład niemowlę będziemy wynosili codziennie na świeże powietrze w zimie w kilka tygodni, a w lecie w kilkanaście dni po urodzeniu, jeżeli będzie ono dostawało surowe soki owocowo-jarzynowe już w 3-im miesiącu życia, a przegotowane i przetarte jarzyny od 6-go miesiąca, to dziecko takie, karmione poza tym piersią, nie będzie miało angielskiej choroby. Nie trzeba dodawać, że dziecko takie musi być czysto utrzymane, że pokój, w którym przebywa musi być często przewietrzany, że takiemu dziecku jeszcze przez dłuższy czas nie rzadko trzeba podawać tran lub jego namiastki.

Z tego przykładu może Pani wnioskować, ile to trzeba zachodów i jakie należy zachować warunki, żeby dziecko ustrzec od angielskiej choroby.

Tymczasem zdarza się niejednokrotnie, że ta czy inna matka ściśle stosuje się do tego czy innego przepisu, zaniedbując inne. Sądzi ona, że to wystarcza, aby ustrzec dziecko od angielskiej choroby.

Zdarza się też nie rzadko, że pewne spostrzeżenia lekarskie, dotyczące angielskiej choroby, dochodzą do wiadomości matek i są opacznie rozumiane.

Spostrzeżono, naprzykład, że u niemowląt wyniszczonych tą czy inną chorobą nie spotyka się znamion krzywicy. Dzieci zaś tuczone łatwiej zapadają na krzywicę.

Ponieważ strach przed krzywicą wśród matek jest niemały, więc niektóre z nich zaczynają swoje dzieci głodzić. Głodzenie to dochodzi nieraz do niewiarygodnych rozmiarów.

Przed tygodniem badałem siedmiomiesięczne dziecko, którego waga odpowiadała wadze dziecka 4-ro miesięcznego. Dowiedziałem się od matki, że dziecko to otrzymuje połowę zaledwie należnej mieszanki na każdy posiłek.

„Czy dziecko nie ma łaknienia, że mu Pani tak mało daje?" rzucam pytanie. „Ależ nic podobnego! on dwa razy tyle wypiłby, ale ja mu nie daję". „Dlaczego?" „Bo boję się angielskiej choroby".

Częściej, coprawda, zdarza się, że matki lubią tuczyć swoje dzieci i cieszą się z ich ładnego wyglądu, ale nie jest rzadkością że wpadają w drugą ostateczność. Takie głodzenie rzeczywiście nie sprzyja zjawieniu się znamion angielskiej choroby u dziecka, ale prowadzić może do wyniszczenia i do innych niebezpiecznych wprost dla życia chorób.

Nie trzeba więc dzieci tuczyć, ale też nie wolno jest głodzić.

A więc złoty środek w karmieniu i ścisłe przestrzeganie higieniczno-dietetycznych przepisów, które z gruba, wyżej wyliczyłem.

Dr St. Średnicki.

Zmartwychwstanie.

Dzwony biją,
Zło przemija,
Alleluja
Wesoły dzień zwiastuje,
Rozpłącze,
Wyzwoli
Dobre moce.
Prawda zwycięża i w grobie
Kres zwątpieniu, żałobie.
Świat przybrany w strój godowy
Rozzielenia się na nowo,
Powiewają zwoje
Purpurowych kit topoli,
W trawie, niby mleczna rosa,
Kwitną łzy Pana Jezusa,
Polnych mniszków siwe kule,
I sasanki — kampanulle.
Zaklęte w ciszy,
Wiszą
Zasłuchane,
W uroczyste dzwonów granie.
Świt niebieskawy
Rozświetla łzawe
Oblicze Boga-Człowieka.
Matka przyklęka
Z dziecięciem w ramionach
Rozmodlona...
Niech miłość, zgoda tchną uśmiechy
Pod najuboższe strzechy,
Wszystkim z piersi niechaj spada
Rozpacz, gorycz, zdrada.
Przez zmienną losu sieć
Do celu biec
Radośnie trzeba,
Zdobywać chleb i niebo.

Jadwiga Kopciowa.

Dzieci „dziwne".

Odróżniam typy dzieci anormalnych od trudnych do prowadzenia i „dziwnych".

Te ostatnie są również trudne, zarówno, jak i powyższe dwa typy.

Różnią się one od tamtych—tym, że, o ile zbada się sumiennie i usunąć zdoła przyczyny ich dziwnego postępowania, o ile się potrafi pewne braki w ich często smutnym życiu zastąpić atmosferą serdecznego ciepła i radości, lub doznany niegdyś wstrząs odsunąć na dalszy plan, w mroki niepamięci, stają się te dzieci całkiem normalnymi.

Tylko nieznaczna zmarszczka na czole, lub cień smutku niekiedy będą jedyną drobną pozostałością po dziecięcych przeżyciach.

Zdrowy, silny, ślicznie zbudowany, sześcioletni Zdziś, nad wiek rozwinięty i żądny wiedzy, nieznośny jest w codziennym życiu na skutek nieokiełznanej chęci przekomarzania się z każdym, dokuczania i czynienia na przekór każdemu, lub też w inny sposób przejawiania swej niczym nieposkromionej woli.

Lubił się Zdziś bawić ze swym rówieśnikiem Czesiem, ale, gdy się razem zeszli, trzaba było po prostu z domu uciekać. Wywracanie krzeseł i stołów do góry nogami, ciskanie, łamanie i rozbijanie drobnych przedmiotów, jakie im się pod rękę nawijały, jakieś dzikie wrzaski były na porządku dziennym. Na czynione przez starszych uwagi padały harde odpowiedzi: „Nie chcę!, „nie będę cicho!" „a właśnie zrobię na złość!".

Przyznam się, że unikałam tych chłopców, gdy byli razem, tym bardziej, że nie poczuwałam się w prawie mieszania się do ich wychowania, ani zabierania głosu w tych sprawach zgoła niepytana.

Matka Zdzisia zdawała się go nie lubić. Mawiała, że nie chce go znać, że jest on złym i podłym chłopakiem, że dokucza jej i swej o pięć lat młodszej siostrzyczce Lusi. Pani Tola mówiła to wszystko głośno przy synku, który słysząc ten sąd o sobie, pochmurniał nagle, marszcząc czoło tak, że mu się z czasem utworzyła pionowa brózda, jak u dojrzałego człowieka.

Po pewnym czasie zaczęłam z zaciekawieniem obserwować zachowanie się Zdzisia. Przejawy uderzającego braku serca i logiki nie pasowały do jego niezwykłej inteligencji i dobrego smaku, jaki niejednokrotnic zdradzał pod różnymi względami (miał czysty, ładny głos, lubił kwiaty, obrazki, książki i t. p.).

Matka Czesia, chcąc zmusić syna swego do posłuszeństwa, chwyciła raz pasek ojca i wymierzyła synowi „karę", następstwem której był płacz nieutulony Czesia. Zdziś zo-

stał odprawiony do domu, a wobec tego, że używał brzydkich wyrazów i przezwisk, pozbieranych na dziedzińcu, zabroniono mu w ciągu trzech dni odwiedzać Czesia. Gdy minął okres tej kwarantanny, Zdziś powrócił nieco bardziej opanowany.

Pierwszym jego czynem w domu matki Czesia było odszukanie i schowanie złowieszczego pasa. Rozdokazywanych znowu chłopaków rozdzieliła pani Z., a nie mogąc odnaleźć narzędzia tortury (paska), kazała synowi swemu klęczeć przez całą godzinę. Zdziś, któremu widok ten sprawiał widocznie przykrość (rodzice go nie karali), podchodził co chwila do pani Z. i cichutko ją zapytywał, czy Cześ może już wstać z klęczek i bawić się. W końcu zaczął prosić, by skrócić Czesiowi karę, a gdy to nastąpiło, poszedł do domu.

Te drobne przejawy uczucia Zdzisia zainteresowały mnie. Zaczęłam baczniej obserwować chłopca. Mając możność przebywania przez czas dłuższy z matką Zdzisia i Lusi, dowiedziałam się, że Zdziś był ogromnie pieszczony przez matkę aż do chwili przyjścia na świat dziewczynki. Odsunięty dość nagle na plan dalszy, musiał chłopak odczuwać to, jako niezasłużoną krzywdę. Stan jego psychiczny, gdyby mógł logicznie rozumować, przedstawiałby się mniej więcej następująco: „Mama mnie nie kocha.—Nikt mnie nie kocha. Jestem sam na świecie. Nie mam nikogo. Jestem opuszczonym, nieszczęśliwym dzieckiem. Bo tatuś wszak tak rzako przebywa w do-

mu i nie wie co się tu dzieje. Inaczej ująłby się za mną—biedakiem. Kto jest powodem mego nieszczęścia? Czy Lusia? Och! jakże jej nienawidzę za to, że jest, że żyje, że mi zabrała mamusię... Ale... ona taka malutka i taka naprawdę miła... I zresztą tak mało jeszcze rozumie... Niemniej nic już nie znaczę, nikt o mnie nie dba.

Ale czyż naprawdę nie mogę już nic w świecie znaczyć? Ja chcę, żeby świat o mnie wiedział, żeby się mną interesował. Niestety jestem jeszcze mały i nic nie umiem ani potrafię. Nie mogę żyć, ja, który dotąd byłem ośrodkiem zainteresowań i trosk obojga rodziców—w cieniu i zaniedbaniu".

A gdy już tak odmalowałam sobie

łkającą duszyczkę Zdzisia, stał mi się nagle bliski i drogi.—Przypomniałam sobie, że i ja kiedyś coś podobnego przeżywałam. Odtąd coraz częściej, chociaż nieznacznie zaczęłam Zdzisiowi okazywać swą sympatię. Pomimo, że nie zwracał na mnie nigdy najmniejszej uwagi, nawet przypuszczalnie nie lubił mię, jako „jednej z matek" przemawiałam doń i codziennie pierwsza i z całym spokojem mówiłam mu „dzień dobry". Nie odpowiadał mi wcale. To mię bynajmniej nie zrażało. Wreszcie raz, przy ojcu bąknął coś, co mogło być zrozumiane, jako „dzień dobry". Nazajutrz pokazałam mu jakiś obrazek w książce i zaczęłam coś „na niby" opowiadać. Podszedł, zainteresował się obrazkiem, ale po chwili odszedł chmurny, z marsem na czole, bez słowa pożegnania. Po kilku dniach podszedł do mnie sam i bardzo delikatnie pogładził mię po ręce. Od tej chwili polubiliśmy się. Trzy dni spędzone z nim na wsi przekonały mię o tym, że Zdziś potrafi, gdy chce być przemiłym chłopcem. Na jego szczęście Ojciec kocha go ogromnie i rozumnie kieruje jego wychowaniem. Matka zaś, skoro tylko spostrzeże swój błąd — stara się takowy naprawić i darzy Zdzisia pieszczotą, której mu przez tyle dni odmawiała.

Zdziś, to typ „Adlerowski". Skrzywiona linia jego życia, przekonanie o swej małowartościowości w oczach matki pcha go do przejawiania swej niepospolitej a silnej indywidualności oraz zaznaczenia swego „ja" na innym polu i wobec innych ludzi. Ojca, niestety, widuje zbyt rzadko, by szukać w nim kompensaty za doznaną od losu krzywdę.

Być może, że szkoła będzie tym polem, które wyzwoli energię Zdzisia...

Inne „dziwne" dziecko to 5-oletnia Irenka. Niby grzeczna i układna pozornie, ale w gruncie rzeczy „skarżypyta", zazdrosna i kłamczuch jakich mało. Kłamstwa jej to nie wybryki fantazji, ot po prostu głupie przyzwyczajenie. — „Czy mamusia w domu?" zapytuję ją. „Tak, ale zaraz wyjdzie". Okazuje się, że matka wcale wyjść nie zamierzała. „Czy wcześnie dziś wstałaś?"—„O czwartej" bez zająknienia odpowiada Irenka. W rzeczywistości obudziła się dopiero o ósmej.

Przy sumiennym zbadaniu warunków domowych okazało się, że matka Irenki tak samo często i z upodobaniem kłamie ot tak z przyzwyczajenia, bez żadnej potrzeby.

Dawniej Irenka prostowała odpowiedzi matki. — „Nie grałam dziś jeszcze wcale w karty" mówi pani S. — „Jakto, mamusiu, chyba zapomniałaś, grałaś przecież z tatusiem od samego rana" wtrąciła Irenka. „Mam tylko tę jedną parę pantofli" zwierza się pani S. przyjaciółce. — „A te lakierki? i białe i skórkowe żółte?" podpowiada córeczka. Tak było jeszcze przed rokiem. Dziś Irenka już nie prostuje powiedzeń niczyich i nikomu sama nie wierzy. Jakże łatwo byłoby odzwyczaić ją od złego nałogu!

Do „dziwnych" również dzieci, to jest takich, które w innych warun-

kach byłyby najnormalniejszymi, zaliczyć również muszę wiecznie grymaszącego, przewrażliwionego, przedenerwowanego sześcioletniego Janka, który jest takim jedynie na skutek bardzo nierównego z nim postępowania rodziców: są dlań tkliwi, serdeczni, to znów surowi i zbyt wymagający. Przyzwyczajony do tego, że mu wszystko wolno, gdy rodzice są w dobrym humorze, w chwilach ich zdenerwowania, odczuwa na swej skórze i całym systemie nerwowym skutki ich niezadowolenia, czy też zagniewania.

Przykładów możnaby mnożyć w nieskończoność. Jak widzimy: wiele odchyleń od normy u dzieci całkiem normalnych i nieobciążonych dziedzicznie, powstaje jedynie na skutek nieumiejętnego obchodzenia się z nimi i z łatwością mogą być uleczone. Możnaby wyrazić żal, że rodzice, dający życie swym dzieciom, nie zawsze mają zdolności pedagogiczne i intuicję psychologiczną, nie mówiąc już o wiedzy, którą wszak zawsze nabyć można. Niechże wiedzą przynajmniej, że wadliwe ich postępowanie pozostawia często i na długo, a niekiedy na zawsze, mniej lub więcej głębokie rany i brózdy na wrażliwych duszach dziecięcych.

Dr C. Bańkowska.

O dzieciach opóźnionych w rozwoju wskutek zaniedbania pedagogicznego.

W Seminarium dla Wychowawczyń Przedszkoli nauczycielka omawia z uczenicami zagadnienia samodzielności dzieci w działaniu.

„Czego można wymagać w tej dziedzinie od dziecka w czwartym i od dziecka w siódmym roku życia?" (granice wieku przedszkolnego) — pyta.

Z doświadczeń uczenic, opartych na znajomości grupy zamożnych jedynaków wynika, że dziecko młodsze potrafi jeść samo chleb i pokrajane jabłko. Pije z pomocą. Zupą trzeba je karmić. Umie włożyć pantofle — ale ich nie zapnie. Umie wsunąć ręce w podawane mu palto. To wszystko. Dziecko starsze potrafi zdjąć palto — rozpiąć go przeważnie nie może, czasem umie zasznurować but — samo go nie zawiąże, nie zapnie też bota.

Dzieci te, to dzieci opóźnione w rozwoju. Ich rówieśnicy ze środowiska proletariackiego są żywym dowodem, że dziecko w wieku przedszkolnym jest w stanie znacznie trudniejsze czynności wykonać samodzielnie.

O dziecku, które znajduje się poniżej poziomu, osiągalnego normalnie przez jego rówieśników, mówimy, że jest opóźnione w rozwoju*).

Jeżeli to opóźnienie nie jest wynikiem braku uzdolnień dziecka, ale jest spowodowane wadliwym wychowaniem, które tłumi istniejące w dziecku możliwości — mówimy o opóźnieniu, wynikłym z zaniedbania pedagogicznego.

Wyobraźmy sobie matkę, która tak bardzo kocha swoje dziecko, że nie zaczyna go uczyć, gdy ukończy siedem lat życia. Dziecko ma lat 8, 9, 10 — a jeszcze nie umie czytać. Ciekawe książki czyta mu na głos matka. Niech się dziecko samo czytaniem nie męczy! Życie jest tak ciężkie, nie wiadomo co dziecku przyniesie — niech jak najbardziej jasne i beztroskie będzie jego dziecięctwo!

*) Opóźnienie może dotyczyć całokształtu funkcyj psychicznych dziecka, bądź też pewnej tylko grupy funkcyj.

Matka też znacznie prędzej i płynniej przeczyta dziecku, niż ono samo byłoby w stanie to zrobić. Tyle więc czasu oszczędzi się na zabawę, na spacery!

Zdziwiłoby nas takie stanowisko matki.

A przecież... a przecież takie same stanowisko zajmujemy wobec samodzielnego ubierania się dziecka, mycia, jedzenia, sprzątania.

I nie dziwimy się...

Jedną z najładniejszych cech człowieka, a przy tym cechą niezbędną do osiągnięcia powodzenia i szczęścia w życiu, jest samodzielność: chęć pokonywania trudności własnymi siłami, kroczenia w życiu własną drogą i o własnych siłach, bez szukania oparcia o innych.

Zadatki tej cechy widzimy niemal u wszystkich małych dzieci — i u bardzo niewielu dorosłych.

Dwuletni człowiek chce iść ulicą sam, chce sam pchać swój wózek na spacerze, chce sam jeść, chce sam wejść na krzesło, żeby ściągnąć zabawkę ze stołu.

„Ja siam!" Zna ten okrzyk chyba każda matka.

Ale matka jest czuła, kochająca, troskliwa. I zawsze ma — prócz tkliwego serca — także bardzo mało czasu dla swego dziecka. Więc ciągnie dziecinę po ulicy za rękę — to i prędzej i bezpieczniej niż gdyby szło samo; sadza dziecko do wózka i wiezie je całą drogę — oczywiście prędzej, no i lepiej dla dziecka: poco się ma męczyć pchaniem? Karmi je — znowu prędzej, no i dziecko samo tak się zawsze obleje! Fartuszek miałoby samo z siebie zdjąć! pantofle, rękawiczki! — jak długo by to trwało! I czy nie lepiej żeby się bawiło przez ten czas? A już, niech Bóg broni, żeby samo wchodziło na krzesło. Na pewno sobie krzywdę zrobi — jest jeszcze takie maleńkie!

I dziecko, otoczone taką troskliwą opieką, zaczyna pojmować, że jego naturalna potrzeba samodzielności jest czymś zdrożnym, a co najmniej niewłaściwym.

Prawie nigdy go nie pochwalono, że coś zrobiło samo. Często widziało przerażoną minę matki (o mały włos a byłoby się zakrajało, upadło), nieraz się na nie gniewano (nie wolno się wspinać na krzesła), niemal zawsze w odpowiedzi na swoją wolę działania słyszało: nie umiesz jeszcze, mamusia ci pomoże—albo też nie słyszało nic, tylko spotykało się z nieupragnioną „pomocą" bez słów.

Rezultaty widoczne są już po paru latach takiego wychowania.

Nieliczna grupa dzieci 5—6-cio-

letnich w prywatnym przedszkolu.

Przychodzą rano. Siadają w przedpoju na ławkach i czekają, aż się je porozbiera. W porze śniadania, siadają i czekają aż powyjmuje się im prowianty z torebek, porozwija, rozłoży przed nimi. obierze, naleje. Gryzą i łykają same.

Najmniejszego odruchu, który by świadczył, że te dzieci tak niedawno jeszcze wszystkoc hciały „siame“!

Po 2½ miesiącach pobytu w przedszkolu Krzyś sam obrał jabłko. „Przyjemnie ci. Krzysztofie, że sam sobie poradziłeś i nikt nie musiał ci pomagać?“ — „Nie, wcale nie przyjemnie“. Analogiczna rozmowa z Tomkiem, kiedy po długich staraniach zapiął wreszcie sam swój bot i z Jankiem, gdy zawiązał sobie sznurowadło.

Wcale im nie było przyjemnie.

Co za dziwne dzieci, bez ambicji — myśli wychowawczyni.

Tak zabił w nich dom zdrową ambicję, zabił naturalne zadowolenie z samodzielnego dokonania czegoś. Nawet nie rozumieją. że pokonanie jakiejś przeszkody, że produktywny wysiłek może być źródłem przyjemności, może stanowić punkt honoru. Parę lat temu byłyby szczęśliwe, gdyby im pozwolono czegoś samym dokonać — dziś uważają to za niezrozumiałą prywację. Lepiej, wygodniej, przyjemniej, gdy ktoś je wyręczy.

„Proszę pani, proszę mi pokrajać jabłko“ mówi Janek. Zdziwienie: „sam tego nie potrafisz? — Potrafię, ale wolę, żeby to kto za mnie zrobił“.

Biedne dzieci.

Według spopularyzowanych już u nas poglądów Adlera, linia życiowa, ogólny stosunek człowieka wobec życia. jego postawa życiowa formują się w pierwszych pięciu latach.

Do czego dążymy w wychowaniu?

Czy naprawdę pragniemy, aby nasze dziecko stało się człowiekiem biernym, niedołężnym, ospałym, wiecznie liczącym na innych?

Pozostawienie dziecku samodzielności w działaniu ma wielkie znaczenie dla rozwoju dziecka. O tym, jaka jest jej wartość w kształceniu charakteru mówiliśmy już częściowo.

Samodzielność w działaniu rozwija także umysł dziecka. Zrozumie to łatwo każdy, kto widział dzieci przy pracy.

Sądzicie, że przy zapinaniu botów nie trzeba myśleć? Nie znacie czteroletniego Wojtka.

Siada Wojtek na stołeczku, patrzy w lampę, a lewą przytyka do siebie brzegi bota, przyciska, przyklepuje. „Nie mogę wcale zapiąć“ — oznajmia. I rzeczywiście nie może, bo nie wie, że to guzik musi trafić na dziurkę, wtedy trzeba przycisnąć i bot jest zapięty. Niewprawionemu trudno, nawet wiedząc o tym, zapiąć, jeżeli nie patrzy na bot, tylko na sufit. Ale nie tłumaczmy tego Wojciechowi. Niech sam się przypatrzy swoim botom, niech sam dojdzie do zrozumienia mechanizmu zapinania. Niech się i tu uczy myśleć.

Tenże Wojtek zamiata. Macha szczotką w lewo — w lewy kąt pokoju lecą śmieci, machnie z siłą w

prawo — śmieci lecą w prawy. Coraz ich mniej na środku — aż się Wojtuś dziwi: „tak mało dzieci dziś naśmiecili"?

Tomasz zamiata inaczej. Przez dwa pokoje ciągnie szczotką na koniec korytarza jeden papierek. Potem osobno drugi, trzeci i tak dalej.

Albo: usiadł Tomek pod choinką i wymiata igły. Pracuje powoli, spokojnie, porządnie. Już nie ma ani jednej. Trzeba wstać i zebrać wszystko na śmietniczkę. Chłopak wstaje, głową potrąca gałęzie, nowe igły się sypią. Źle. Znów siada i zamiata. Wstaje, potrąca gałęzie... i tak w kółko, chyba ze sześć razy. Wreszcie pomyślał.

Janek i Ania sprzątają pokój. Wszystko porządnie wymietli — zapomnieli o stole. Stół brudny. Przynoszą ścierkę, zrzucają okruchy ze stołu na podłogę. Trzeba zamiatać jeszcze raz.

Dobrze się muszą nakłopotać, dobrze głową pokręcić, nim się nauczą organizować, planować sprzątanie po sobie. Nie myślą ani trochę i nie mądrzeją wcale, gdy tylko śmiecą, a później sprzątają.

Nie kształtuje się wcale ich umysł, gdy im włożą: najpierw buty, potem rajtuzy, jeszcze potem boty i na końcu palto. Ale kiedy samo dziecko włoży najwcześniej rajtuzy (bo nie przyszło mu do głowy, że kolejność gra jakąkolwiek rolę) — to się przekona. że ma kłopot z butami, Jeżeli włoży boty przed rajtuzami, musi je zdejmować. A palto ostatnie—bo w palcie nie jest wygodnie poruszać się, schylać. Rozszerzają się horyzonty myślenia: w ubieraniu ważna jest kolejność. Uczą się dzieci planować.

Poprzestańmy na tym, choć nie wyczerpaliśmy bynajmniej wszystkich wartości wychowawczych samodzielnego działania dziecka.

Samodzielne działanie wzmacnia także w dziecku zdrowe poczucie mocy i pewności siebie, przeciwdziała tworzeniu się egoistycznego stosunku do matki czy wychowawczyni, uczy dokładności i systematyczności, kształci precyzję i koordynację ruchów, wyrabia sprawność ruchową rąk (t. zw. psychomotorykę).

To wszystko jest bardzo ważne. Jednak te wartości, które omówiliśmy szerzej wystarczą, by uznać prawdziwą samodzielność dziecka za jedną z podstaw wychowania.

Irena Chmieleńska.

Dobre i ładne książki.

Janina Porazińska—*W Wojtusiowej Izbie*. Ilustracje St. Bobińskiego.

Jest to prześliczny zbiór śmiałych w pomyśle i w wykonaniu wierszyków, zilustrowanych żywymi rysunkami, a może — szczególnie będzie się tak przedstawiało oczom dziecka. Przemawiające do wyobraźni rysunki „opisane" barwnie i przekonywująco.

Zarówno treść, jak język, w ogóle cały poziom artystyczny wierszyków, stawia je w rzędzie arcy-lektury dla młodszych dzieci. Godny podkreślenia jest fakt używania wyrażeń gwarowych w taki sposób i w takim zakresie. że malutkim słuchaczom i czytelnikom tylko korzyść i przyjemność artystyczną oraz językową mogą one przynieść.

Wydawnictwo M. Arcta.

Książka niedroga, 1 zł. 30 gr., w oprawie 1.80. Zawiera 57 stron.

Janina Gillowa — „Maciusiowa wioska". Naprawdę śliczne wierszyki o różnych rzeczach i sprawach, które mały Maciuś widzi i przeżywa w swej wiosce! Wesołe ilustracje idą w parze z dziarskim nastrojem słów. Serdeczna myśl pedagogiczna przewija się między tymi słowy.

Książeczkę można czytać z powodzeniem 5-cio, 6 cioletnim dzieciom. Te z II oddziału przeczytają chętnie same.

Książka liczy 38 stron druku na grubym papierze, ujęta jest w gruby karton, trudna do podarcia.

Kosztuje 1.80.

Wydawnictwo Arcta.

Odpowiedzi na listy rodziców.

1. *Pani Wandzie Karpowskiej.* Diecko sztucznie odżywiane, u którego na wiosnę zjawiły się drgawki, bez innych objawów chorobowych, musi być koniecznie pokazane lekarzowi specjaliście chorób dzieci. Uregulowanie diety i zastosowanie leczenia przeciwkrzywiczego może zapobiec ponownemu wystąpieniu drgawek.

2. *Pani J. B.* O ile dziecko w końcu sierpnia kończy rok, to należy je odstawić od piersi dopiero we września.

3. *Pani H...owej.* Waga Pani synka w 6-tym miesiącu życia była niższa, niż przeciętna norma wagi chłopców w tym wieku.

7-miesięczne niemowlę odżywiane mieszanie powinno jadać już tylko 5 razy na dobę w odstępach 3½ go-

dzinnych z przerwą nocną 10-godzinną.

3 razy dziennie pierś w ilości 180 g na porcję, a w razie niedostatecznej ilości pokarmu brak uzupełnić mieszanką o składzie—2 części mleka, 1 część kleiku owsianego z dodatkiem 1½ łyż. od herb. cukru na 100 g mieszanki.

1 raz w porze południowej kaszę mannę na smaku z jarzyn oraz przetarte jarzyny.

Jako 5-typosiłek mleko pełne w ilości 180 g z dodatkiem 2 łyż. od herb. cukru i 2 sucharki.

Kaszkę mannę w ilości 2 łyż. od herb. należy ugotować na smaku z jarzyn, aż do ugotowania i otrzymania 150 g. Po ugotowaniu należy dodać 1½ łyż. od herb. cukru i 1/2 łyż. od herb. masła.

Jako drugie danie stopniowo od 1 do 6 łyż. od herb. przetartej jarzyny.

Oprócz powyższego surowe soki owocowe lub jabłko skrobane w ilości od 6 do 8 łyż. od herb.

Dziecko siada w 6 miesiącu życia, staje w 9 lub 10 miesiącu.

4. Pani Zofii Pszczółkowskiej. Wobec długotrwałego zaparcia należałoby wprowadzić do diety dziecka inne jarzyny, zawierające więcej błonnika, a więc kapustę włoską, bruk-

selkę, szpinak. Poza tym ilość mleka powinna być ograniczona. W naszym przekonaniu nie powinna ona przekraczać 500 g.

Zaparcie nie może być skutkiem „przeziębienia" ani też objawem kataru kiszek.

5. *Pani B. Horowitz.* 15-miesięczne dziecko powinno jadać 4 razy na dobę w godzinach 7, 11, 15 i 19. Poza tymi posiłkami może dostawać płyny obojętne (woda, herbata, lemoniada, rumianek) w ilościach nieprzekraczających szklanki na dobę. W zasadzie jednak dziecko samo reguluje zapotrzebowanie płynów.

Jedzenia nie mogą być dziecku podawane w pozycji leżącej, musi już jeść w pozycji siedzącej.

Godzina spaceru dziennie to stanowczo za mało. W tym wieku i w tej porze roku dziecko powinno być co najmniej 4 do 5 godzin na spacerze.

Kakao owsiane wyrabia firma E. Wedel.

Uzębienie synka Pani jest niedostateczne. W tym wieku dziecko powinno mieć 12 zębów. W związku z tym zachodzi obawa, czy spóźnione ząbkowanie u synka Pani nie jest skutkiem krzywicy. Sprawę tę może rozstrzygnąć jedynie lekarz domowy, który się stale dzieckiem opiekuje.

6. *Pani J. Potockiej.* Wszystkie miejscowości podwarszawskie, nawet te mniej reklamowane, nadają się na pobyt w nich dziecka latem. Dzieci małe i niemowlęta wyjeżdżają na wieś z miasta po spokój, dobre powietrze. A więc każda miejscowość, która zabezpieczy dziecku wygodne warunki higieniczne, może być tutaj polecana.

Pożądane jest, aby w miejscowości był las, względnie ogród zadrzewiony, gdzieby dziecko mogło przebywać w okresie upałów.

Do pensjonatu lepiej z małymi dziećmi nie jeździć. Najlepiej wynająć osobne mieszkanie.

7. *Pani Irenie Wykowskiej.* W rozkładzie godzin posiłków i kąpieli synka Pani nie widzimy nic złego.

8. *Pani Ludwice Chwedeńczukowej.* Radzimy przejściowo zmniejszyć ilość mleka w mieszance. Mamy wrażenie, że na przeciąg 1—2 tygodni dobrze będzie o ile mały dostanie mieszankę o składzie 1/2 mleka, 1/2 kleiku owsianego z dodatkiem 1½ łyż. od herb. cukru na 100 g mieszanki.

Gdyby to pozostało bez skutku, należałoby pomyśleć o wprowadzenie mieszanki zakwaszonej. Informacji w tej sprawie będziemy mogli udzielić po otrzymaniu od Pani listu.

9. *Pani Zofii Komorowej.* Dziękujemy za przysłanie opinii o dodatku dla dzieci. Z „Małym Płomyczkiem" i „Słonkiem" jesteśmy w doskonałej przyjaźni i wcale nie mamy zamiaru z nimi konkurować. Nasz dodatek stara się dać dziecku możność wykonania zabawki (np. teatrzyk kukiełek, ptaszarnia) lub jakiejś robótki (okładki do książek, pocztówki wielkanocne). Wszystko to ma raczej cel pedagogiczny niż literacki. Wierszowana zaś forma instrukcyj oraz ilustracje mają za zadanie wzbudzić w dziecku większe zainteresowanie.